



IX TRIATHLON SOKOŁA

11 lipca 2026 r., Sokołów Małopolski

REGULAMIN IX TRIATHLONU SOKOŁA POD HONOROWYM PATRONATEM BURMISTRZA GMINY I MIASTA SOKOŁÓW MAŁOPOLSKI (aktualizacja: 2.07.2026)

Dystans sprinterski: 750 m pływania / 20 km jazdy rowerem / 5 km biegu

I. ORGANIZATOR

Organizatorem IX Triathlonu Sokoła jest Miejsko Gminny Ośrodek Kultury Sportu i Rekreacji w Sokołowie Małopolskim - ul. Lubelska 5, 36-050 Sokołów Małopolski posiadający numer identyfikacji podatkowej NIP: 813 319 18 94.

II. CEL

- Upowszechnianie triathlonu jako wszechstronnej formy aktywności fizycznej.
- Propagowanie aktywnego stylu życia oraz kultury fizycznej wśród mieszkańców Sokołowa Małopolskiego i regionu.
- Promocja Sokołowa Małopolskiego oraz Gminy Sokołów Małopolski w kraju i za granicą.
- Promocja walorów krajobrazowych i rekreacyjnych Turzy oraz Sokołowa Małopolskiego.
- Kreowanie Podkarpackiego jako przestrzeni sprzyjającej organizacji wydarzeń sportowych o zasięgu ogólnopolskim.
- Budowanie marki regionu jako miejsca nowoczesnego, aktywnego i otwartego na rozwój.
- Wzmacnianie pozytywnego wizerunku Podkarpackiego jako regionu łączącego tradycję, tożsamość i nowoczesność.
- Wspieranie turystyki sportowej i weekendowej w bezpośrednim oddziaływaniu Rzeszowa.
- Integracja środowisk sportowych, społeczności lokalnej oraz uczestników spoza regionu.
- Aktywizacja mieszkańców poprzez tworzenie przestrzeni do rywalizacji sportowej, kibicowania i wspólnego przeżywania wydarzenia.
- Promowanie idei zrównoważonego rozwoju poprzez wykorzystanie naturalnej infrastruktury regionu.
- Budowanie długofalowej rozpoznawalności Triathlonu Sokoła jako wydarzenia flagowego w kalendarzu sportowym Podkarpackiego.

III. PARTNER WYDARZENIA – IX TRIATHLON SOKOŁA

- Partnerem wydarzenia jest Województwo Podkarpackie.

IV. TERMIN I MIEJSCE

- IX Triathlon Sokoła odbędzie się w dniu 11.07.2026 (sobota)
- Start, meta i strefa zmian będą znajdować się w okolicy Zalewu Turza (Gmina Sokołów Małopolski na trasie Sokołów Małopolski - Kolbuszowa) – GPS: 50.233232, 22.085854.

V. PROGRAM IMPREZY (godzinowy)*

8:00-9:30 - objazd trasy kolarskiej i wydawanie pakietów startowych - biuro zawodów

9:00-10:00 - wprowadzanie rowerów do strefy zmian (dopuszczone dwa wejścia)

10:20 - odprawa techniczna (okolice strefy zmian)

10:30 - oficjalne otwarcie IX Triathlonu Sokoła (okolice strefy zmian)

11:00 - start dystans sprinterski
13:00 - zamknięcie trasy
13:10 - wyprowadzenie rowerów ze strefy zmian
13:30-14:00 ceremonia wręczenia nagród
** PROGRAM MOŻE JESZCZE ULEC ZMIANIE.*

VI. DYSTANS I TRASA

1. **IX Triathlon Sokoła** rozegrany zostanie na dystansie 0,75 km pływania, 20 km jazdy rowerem i 5 km biegu.
2. **Pływanie** na dystansie 0,75 km (1 pętla). Spodziewana temperatura wody ok. 18-22°C. Pianki dozwolone. Czepki obowiązkowe - wymagany start w czepkach dostarczonych przez organizatora. Rolling start z brzegu - zawodnicy startować będą w 3-osobowych seriach co 10 sekund. Na prośbę, dopuszczeni będą zawodnicy płynący z bojką asekuracyjną, którzy startować będą na samym końcu – 60 sekund po ostatniej 3-osobowej serii.
3. **Rower** na dystansie około 20 km (1 pętla). Trasa jest lekko pofałdowana. Pomiar trasy GPS. Oznaczenia długości trasy co 5 km. Kask obowiązkowy na całej trasie kolarskiej. Ruch drogowy będzie częściowo ograniczony i zabezpieczony w newralgicznych punktach przez Policję, Straż Pożarną i wolontariuszy. Zawody w konwencji bez draftingu! Dozwolone rowery do jazdy na czas i kierownice triathlonowe. Organizator nie odpowiada za stan roweru dostarczonego przez zawodnika.
4. **Bieg** na dystansie 5 km (1 pętla). Pomiar trasy GPS.
5. Limit czasu ukończenia zawodów 2 godziny.

VII. BIURO ZAWODÓW

1. Biuro zawodów będzie mieściło się przy Zalewie Turza.
2. Biuro zawodów będzie czynne w dniu 11.07.2026 r. od godziny 8.00.
3. W biurze zawodów zawodnik przedstawia swój dowód tożsamości wraz ze zdjęciem oraz podpisuje wymagane oświadczenia.
4. Pakiet startowy odebrać można wyłącznie w biurze zawodów w godzinach wskazanych w programie imprezy.

VIII. PUNKTY ODŚWIEŻANIA

1. Punkty odświeżenia ulokowane zostaną na trasie biegowej: na początku, na 2 kilometrze oraz na mecie.
2. Na punktach odświeżania dostępna będzie woda, napój izotoniczny i owoce.
3. Organizator zapewnia ciepły posiłek na zakończenie zawodów.

VIII. TOALETY PRZENOŚNE

Toalety przenośne ustawione będą w okolicach startu i mety.

IX. POMIAR CZASU

Elektroniczny pomiar czasu prowadzony będzie przez profesjonalną firmę pomiarową.

X. KLASYFIKACJE I KATEGORIE WIEKOWE

1. Klasyfikacje i kategorie wiekowe kobiet (decyduje rok urodzenia):
K (generalna kobiet)
K 18 (18-19 lat)
K 20 (20-29 lat)
K 30 (30-39 lat)
K 40 (40-49 lat)
K 50 (50-59 lat)
K 60 (60 lat i więcej)
2. Klasyfikacje i kategorie wiekowe mężczyzn (decyduje rok urodzenia)
M (generalna mężczyzn)
M 18 (18-19 lat)
M 20 (20-29 lat)
M 30 (30-39 lat)
M 40 (40-49 lat)
M 50 (50-59 lat)

M 60 (60 lat i więcej)

XI. NAGRODY

1. Pierwszych trzech zawodników i pierwsze trzy zawodniczki w kategorii generalnej otrzymają pamiątkowe puchary oraz nagrody rzeczowe.
2. Pierwszych trzech zawodników i pierwsze trzy zawodniczki w każdej kategorii wiekowej otrzymują pamiątkowe statuetki oraz nagrody rzeczowe.
3. Nagród pieniężnych nie przewiduje się.
4. Każdy zawodnik, który ukończy IX Triathlon Sokoła, otrzyma okolicznościowy medal.
5. Przewidziane jest także losowanie nagród po zakończeniu zawodów, tylko wśród uczestników ceremonii zakończenia.

XII. WARUNKI UCZESTNICTWA

W zawodach mogą wziąć udział osoby, które w dniu startu mają ukończone 18 lat i przedstawia swój dowód tożsamości wraz ze zdjęciem oraz podpiszą oświadczenie o starcie z własnej woli.

XIII. ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszenia będą przyjmowane jedynie za pośrednictwem oficjalnej strony internetowej: www.ultimasport.pl
2. Termin uregulowania opłaty startowej następuje do 7 dni od daty wysłania formularza zgłoszeniowego, jeżeli zawodnik nie dokona opłaty do tygodnia będzie usunięty z listy.
3. Po wypełnieniu formularza zgłoszeniowego zawodnik będzie umieszczony na liście startowej.
4. Po wniesieniu opłaty startowej i zaksięgowaniu jej przez bank na koncie Organizatora zawodnikowi zostanie nadany numer startowy.
5. Obowiązuje limit uczestników - 130 osób.
6. Zgłoszenia przez Internet przyjmowane będą do dnia 3.07.2026, po tym terminie dopisanie się do listy startowej nie będzie możliwe. **Aktualizacja: w dniu 2.07.2026 przedłużono termin zapisów przez Internet do 8.07.2026 r. do godziny 12:00. Jednocześnie dopuszcza się możliwość dopisania nowego uczestnika w biurze zawodów.**
7. Wpisowe pobierane jest od uczestników w celu częściowego sfinansowania imprezy.

XIV. WPISOWE

1. W zawodach Triathlonu Sokoła obowiązują opłaty w wysokości: - 280,00 PLN płatne do 30.04.2026 (data zaksięgowania) - 350,00 PLN płatne do 6.07.2025 (data zaksięgowania). **Aktualizacja: w dniu 2.07.2026 przedłużono termin opłaty przez Internet do 8.07.2026 r. Jednocześnie dopuszcza się możliwość opłaty startowej w biurze zawodów.**
2. Wniesienie opłaty startowej dokonuje się za pośrednictwem platformy płatności online www.t-pay.pl, dostępnej w czasie rejestracji online na stronie operatora zapisów i pomiaru czasu www.ultimasport.pl w zakładce Płatność.
3. Jeśli zawodnik lub zawodniczka chciałaby zrezygnować z udziału w Triathlonie Sokoła to organizator zwróci wniesioną opłatę startową pomniejszoną o 50%. Po wcześniejszym poinformowaniu organizatora i wycofaniu się z zapisu na stronie zapisów w nieprzekraczalnym terminie do 6.07.2026. Po tym terminie nie ma możliwości bezkosztowej rezygnacji.
4. Zawodnik lub zawodniczka po zgłoszeniu i opłaceniu wpisowego nie mają możliwości przeniesienia opłaty startowej na innego uczestnika. Mogą jedynie zrezygnować z udziału zgodnie z pkt. 3.

XV. WYNIKI

Oficjalne wyniki będą zamieszczone na stronie internetowej www.ultimasport.pl

XVI. OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH

1. Administratorem danych osobowych przetwarzanych w związku z organizacją Triathlonu Sokoła, w rozumieniu ustawy z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2002 r. Nr 101, poz. 926 j.t. ze zm.), jest Miejsko Gminny Ośrodek Kultury Sportu i Rekreacji w Sokołowie Małopolskim, ul. Lubelska 5, 36-050 Sokołów Małopolski, która zgodnie z art. 31 tej ustawy, na podstawie umowy powierza przetwarzanie danych osobowych jednemu partnerowi firmie: UltimaSport - Tomasz Zając wykonującej usługę pomiaru czasu, zwanej dalej Operatorem zapisów i pomiaru czasu.
2. Dane osobowe uczestników Triathlonu Sokoła będą przetwarzane w celach przeprowadzenia imprezy, wyłonienia zwycięzcy i przyznania, wydania, odbioru i rozliczenia nagrody.

3. Uczestnik ma prawo wglądu do swoich danych osobowych oraz ich poprawiania.
4. Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, lecz ich niepodanie lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia udział w Triathlonie Sokoła.
5. Uczestnik zawodów wyraża zgodę na nieodpłatne wykorzystanie swojego wizerunku utrwalonego w formie fotografii lub zapisu wideo oraz udziela organizatorowi nieodpłatnej licencji na wykorzystanie go na wszystkich polach eksploatacji, w tym: utrwalania i rozpowszechniania w dowolnej formie oraz wprowadzanie do pamięci komputera, wykorzystania do promocji i organizacji imprezy, udostępniania sponsorom oraz partnerom imprezy w celu ich promocji w kontekście udziału w imprezie, zamieszczania i publikowania w wydawnictwach, na promocyjnych materiałach drukowanych, w prasie, na stronach internetowych oraz w przekazach telewizyjnych i radiowych.
6. Wszystkie informacje dotyczące uczestników uzyskane przez Organizatora i zawarte w formularzu startowym zostaną zapisane w sposób elektroniczny i w każdym wypadku będą wykorzystywane zgodnie z ustawą o ochronie o danych osobowych z dnia 29 sierpnia 1997 r, dziennik ustaw nr 133, poza 883. Organizator nie będzie ujawniał tych informacji żadnym osobom trzecim.

XVII. UWAGI KOŃCOWE

1. Ostateczne zamknięcie listy startowej nastąpi dnia 11.07.2026 r. o godz. 9:30.
2. Odbiór pakietów startowych możliwy będzie wyłącznie w Biurze Zawodów w godzinach pracy biura wyszczególnionych w programie imprezy.
3. Organizator nie wysyła nieodebranych pakietów startowych.
4. W ramach pakietu startowego zawodnik otrzyma: komplet numerów startowych, czepek startowy, okolicznościowy T-shirt lub inny gadżet z logotypem imprezy, bon na posiłek po zawodach, wodę, napoje izotoniczne oraz owoce.
5. Organizator posiada ubezpieczenie OC.
6. W czasie trwania zawodów Organizator zapewnia opiekę medyczną.
7. Kask rowerowy jest obowiązkowy na trasie rowerowej.
8. Odbiór nagród i statuetek może nastąpić wyłącznie podczas kończącej zawody ceremonii wręczenia nagród. Organizator nie wysyła nieodebranych nagród i statuetek.
9. Sprawy nieobjęte regulaminem rozstrzyga Organizator.
10. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora.
11. Do udziału w Triathlonie Sokoła nie będą wymagane licencje PZTri.
12. W przypadku niespodziewanych klęsk żywiołowych takich jak powódź, sztorm, grad, huragan, ulewny deszcz, burze z piorunami itp., Organizator zastrzega sobie możliwość odwołania imprezy, a także przełożenie wydarzenia na inny termin lub zmiany formuły zawodów.
13. Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Wszyscy Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w zawodach wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwości odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym.

**Organizatorzy
Triathlonu Sokoła**

Sokołów Młp., 4.03.2026